

## САМОТНІСТЬ У ЮНАЦЬКОМУ ВІЦІ

**Д. М. Кожевніков**, студент спеціальності Міжнародні економічні відносини, група МЕВ МБ 6-11

**М. М. Мовчан**, науковий керівник, к. філос. н., доцент, доцент кафедри педагогіки та суспільних наук

Вищий навчальний заклад Укоопспілки «Полтавський університет економіки і торгівлі»

Самотність – це соціально-психологічне явище, емоційний стан, пов'язаний з відсутністю близьких, позитивних емоційних зв'язків з людьми та або зі страхом їх втрати в результаті вимушеної або наявної психологічної причини соціальної ізоляції. Чому самотність іноді проблема, а іноді щось потрібне? Самотність – це іноді почуття ізоляції, а іноді хворобливе переживання вимушеної ізоляції.

Самотність – це доволі поширене явище у великих та середніх містах, де часто спілкування з різними людьми відбувається дуже короткочасно та поверхово, а часу на встановлення тривалих і довірчих стосунків не вистачає. Контакти не несуть у собі великого емоційного навантаження, не ведуть до довіри та почуття безпеки.

Самотніми відчуваються люди молоді, які не можуть знайти собі необхідного, відповідного партнера, або літні, що втратили знайомих і близьких і не вміють, не можуть знайти спільну мову з представниками молодшого покоління. Торкнувшись пальцем вогню, ми відчуваємо велику порожнечу, біль і забираємо руку від нього. Якби ми не відчули болю, то отримали б дуже великий та серйозний опік. Саме так наше відчуття самотності спонукає шукати щось, що могло б заповнити цю порожнечу. І це не може бути щось тимчасове. Цю порожнечу не заповнити тимчасовими відносинами з іншою особою.

Ми не стверджуємо, що не потрібно мати відносин з іншими. Але не слід сподіватися, що все буде ідеально, що це вирішить нашу проблему з відчуттям самотності, коли ми не відчуваємо близькості, любові, зв'язку. Тривалий час відчуваючи великий душевний біль або занепокоєння через це серйозне почуття самотності, ми не повинні намагатись просто заглушити їх, так ніби підмели, прибрали все це подалі і робимо такий собі цікавий вигляд, ніби у нас все добре і все гаразд. Ви можете спробувати так зробити, ви можете стати таким дуже зайнятим, вести

насичене подіями життя, в якому так багато всього відбувається, щоб мати можливість не звертати увагу на те, що вам справді так потрібно. Але настане час, коли ця зайнятість, справи, зосередженість на тій чи іншій особі у вашому житті закінчатися.

Набагато частіше зустрічається самотність у неявній (прихованій від оточення) формі. Людина постійно перебуває в оточенні людей, спілкується з ними, але водночас відчувається відчуженою. Усі ці люди їй не потрібні, точніше вона не відчуває до них особливої любові і прихильності. Проблема неявної самотності дуже поширена серед підлітків, і якщо вчасно не вирішується, то переходить у стадію дорослого життя.

У багатьох словниках психологічних термінів самотність визначено як один із психогенних факторів, який впливає на емоційний стан і психічне здоров'я людини. Основні умови її прояву – фізична або емоційна ізоляція, що актуалізує потребу в спілкуванні, незадоволення якої може спричиняти гострі психічні стани, а інколи й психічні розлади. Самотність як психологічний феномен розглядають у таких категоріях, як почуття, процес, життєва позиція, стан, потреба.

Самотність як почуття виявляється в переживанні людиною своєї несхожості з іншими, усвідомленні неможливості мати близькі стосунки, які ґрунтуються на взаємному прийнятті, любові та розумінні.

Самотність як стан – це переживання людиною втрати внутрішньої цілісності, зовнішньої гармонії зі світом.

В. А. Андрусенко вважає, що самотність як потреба зумовлена необхідним етапом у визначенні можливостей «Я» особистості, а також її вільного самовизначення та самоствердження у світі.

На нашу думку, самотність – це проблема, яку можливо повернути у свій бік, і не лише боротися з нею, але й зробити з неї певного помічника. Тобто існує багато способів одужання, які можуть допомогти кожному з нас, але треба приділяти цьому доволі багато часу, щоб прогрес відбувався частіше, ніж його інша негативна сторона. Ми соціальні істоти, але ми не колективний розум. Нам важливо об'єднуватися для того, щоб вижити, але однаково кожен з нас живе наодинці зі своєю свідомістю. Ми ніколи не можемо точно знати, що відчуває інша людина, а можемо лише частково дізнатися про це з її слів. Кожен із нас закритий сам у собі назавжди. Ніхто ніколи не зрозуміє мене на сто відсотків, тому що він не «Я».

## Список використаних інформаційних джерел

1. Андрусенко В. А. Социальный страх (опыт филос, анализа) / Андрусенко В. А. – Оренбург : Изд-во Оренбург. гос. ун-та, 1995. – 100 с.
2. Корчагина С. Г. Генезис, виды и проявления одиночества / Корчагина С. Г. – Москва : Моск. психол.-социал. ин-т, 2005. – 196 с.
3. Фромм Э. Искусство любви. Исследование природы любви / Фромм Э. – Москва, 1995. – 159 с.

## ДОСЛІДЖЕННЯ СНОВИДИНЬ: ТЛУМАЧЕННЯ ТА МЕТОДИКА

**Д. О. Костик**, студентка спеціальності Експертиза та митна справа, група ЕМСБ-11

**М. М. Мовчан**, науковий керівник, к. філос. н., доцент, доцент кафедри педагогіки та суспільних наук

Вищий навчальний заклад Укоопспілки «Полтавський університет економіки і торгівлі»

У Біблії сновидіння згадуються як звичайні явища. Іов, наприклад, каже: «Ти страшиш мене снами і видіннями лякаєш мене» (Іов 7:14). У книзі Ісаї говориться, що «...голодному сниться, ніби він їсть, але пробуджується, і душа його голодна... спраглому сниться, ніби він п'є, але пробуджується, і ось він знемагає, і душа його спрагла» (Іс. 29:8) [1]. Хіба не так? Якщо ви збирали гриби, то вам вони можуть приснитися, якщо ви цілий день ходили магазинами, роблячи різні покупки, то ви можете продовжити це робити і вночі, але вже уві сні. Причому, під час сну можуть вмиль змінюватися відстані, можна швидко переміщатися не лише в просторі, але й часі, можуть відбуватися найнеймовірніші речі. Ми спимо, але нервові клітини головного мозку продовжують залишатися активними. Майже повністю припиняється робота свідомості, багато процесів переходять у сферу несвідомості. Під час сну можуть тривати розумові процеси, відбувається аналіз фактів, подій.

Під час становлення і розвитку світового психоаналітичного руху переглядалися, змінювалися, доповнювалися окремі положення теорії З. Фрейда про сновидіння. Сни посіли своє гідне місце в загальній психологічній структурі інших множинних психічних проявів людини [4]. У своєму методі З. Фрейд пропонував пацієнту розповісти зміст свого сну, а після цього він